

9月25日：見附運動公園

巻頭写真に寄せて「教えて育てる姿」に接し、感動する

◇9月25日(水)、見附運動公園陸上競技場で、小学校6年生の親善体育大会が開催された。抜けるような青空の下、保護者や地域の人が大勢応援に駆け付け、最高のコンディションと声援の中、子どもたちは練習の成果を十分に発揮をして頑張っていた。

◇さて、この大会の競技役員の確保が難しくなり、保護者からの協力を得たり、校長先生方も審判員を行ったりして競技を支えていた。大会会長の今町小の前田校長は、出発係で自校の若いA教諭と二人、80MH走や100M走、リレー等、トラック競技の全種目のスターターをやっていた(巻頭写真)。競技前半は、前田校長が80MH走や長距離走のスターターを、A教諭は黒板持ちをしていた。この時、前田校長はA教諭に種目によって掛け声の違いやピストルを撃つまでの間隔をやって見せて教えていた。100M走からスターターがA教諭に変わった。始め不安そうに見えたA教諭が、アドバイスを受け、実践を積みながら、最終のリレー走では自信に満ちてスターターをやっていた。また、記録係でも、仕事に慣れた先輩教諭が、若いB教諭へ丁寧に教える姿を見た。

◇体育大会で、先輩教師が自分の姿で若い教師へ教える様子に触れ、「やってみせ、言ってみせ、させてみせ、褒めてやらねば、人は動かじ」の山本五十六の言葉を思い出し、『見附市の先生方は素晴らしいぞ。』と思った。授業も校務分掌の仕事も、身近な人からの学びほど、身に付くものはない。若い先生方に自分の姿で教えて欲しいと願う。



自信に満ちたスターター



コラム1 「管理員さんに学ぶ」

◇現在、見附小学校、名木野小学校で修繕工事が行われている。校舎は足場が組まれシートで覆われ、騒音や換気等、今は不便な生活だろうが、終了すれば、とても快適な学習環境の校舎になるに違いない。

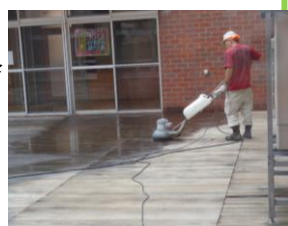
◇さて、I小学校は新しい校舎で、中庭はウッドデッキ部分が半分、レンガ部分が半分の洒落た造りになっている。昼休み、此处で過ごしたら最高だろうと思うが、子どもたちを見ることがなかった。

それは、木材部分が苔で覆われ、滑り易く危険なことが原因である。

◇師がく訪問のこの日、C管理員さんがその木材部分を強力クリーナーで磨いていた。右写真の黒い箇所が、苔に覆われている場所で、

白く見える箇所が、磨かれた場所である。途中で、D教諭も手伝い、綺麗になった。後日の訪問日、子どもたちが実に楽しそうに、一輪車に乗っていた。

◇Cさんは働き者で、訪問の度にグラウンドの芝刈りや校地内の清掃等、労力を厭わずにやっている。Cさんの姿から「自分の仕事を精一杯やる」を学ばせてもらっている。



D教諭も手伝う

コラム2 「児童に学ぶ」

◇『夏休み作品展』が、9月末にネーブルみつけで開催され、200点を越える力作を見ることができた。その中に南米ペルー生まれの楽器カホン(右写真)はなかったが、師がく訪問校の6年Eさんは、夏休み作品としてカホンを、昨夏から製作(Eさんの座る黒い方)している。

◇私は昨年、カホンを楽器とわからず(失礼なことに)、彼がごみ箱を叩いているものと思っていた。皆さんは、カホンをご存じだろうか。この楽器は、裏側に丸い穴があり、中にスナッピー(響き線)が張られ、叩く場所や大きさで様々な音が出る。今夏製作の白いカホンを叩かせてもらい共演?をした。子どもたちから色々な学びを得ている。(こ)



カホン
(Cajon)

「製作者と共に」



4時から夢塾 「メディアの子どもの心身への影響」

第9回「4時から夢塾」を7月23日(水)に、長岡赤十字病院 小児科の田中篤 医師から、表題についての指導を頂いた。内容を簡単に記す。

1 心身症外来でのネット・ゲームと子どもたち

- ・ゲーム障害…医学的に病気と考えざるを得ない青少年が出現している。
- ・急増するネット依存症…この6年間で2倍近い増加(2012年→2017年)

2 子どものメディア依存と心身の健康調査 (見附市の児童生徒等の調査結果から)

- ・日本小児心身医学会「QTA30」で子どもの健康度調査を実施した。夜はよく眠れない。いつも疲れている。イライラする。⇒学年が進むほど割合が高くなり、心身の健康状態は悪化する。

○就寝時間が遅い子どもほど、心身の健康状態は悪化する。⇒『睡眠と健康は密接に関係』

- ・ゲーム障害の頻度は、全体で平均9.2%。学年が進むほどネット依存度が高まる。
- ・就寝時間が遅いほどネット依存度が高い。(ある程度はよいが睡眠時間は削らないこと。)
- ・幸せである。自分に満足している等の自己効力感の低さとネット依存度とは相関する。

3 ゲーム機、ネット、スマホの登場 (ゲーム等が24時間どこでも可能)

○スマホの危険性→低年齢から始まる。危険性が十分に認知されていない。

テレビゲームにより脳内ドーパミン放出。覚醒剤の静脈注射とほぼ同等効果。

○メディアの子どもの心身への他の影響→肥満、運動能力の低下、言語発達の障害、社会性の発達の障害、仮想現実と現実の混乱、うつ症状の増加等。

○視力1.0未満の割合が小中高で過去最高→近視予防は屋外活動1日2時間。

○小児科医会提言→メディア視聴は1日2時間を。ゲームは30分を目安に。

○不登校児童生徒数の推移→この2年間は急増。コロナ禍の影響もある。

○新型コロナウイルス感染症が子どもに与えつつある影響→孤立感を高めた。

○自傷行為・オーバードーズに対する理解と対応…他者への基本的信頼が乏しい。

周りに「助けて」が言えない→大人は「貴方を理解している」という姿勢。

○子どもの対人関係やコミュニケーション、行動上の問題は周囲の環境や大人たちとの双方向性の問題であり、子どもだけの問題ではない。

4 まとめ (メディア対策に必要なこと)

- ・メディアとの付き合い方を検証し、学校や家庭、子どもへの迅速な情報提供も必要不可欠。
- ・ゲーム・ネット依存症に進展しないために、乳幼児期の安定した形成が必要不可欠。
- ・安定した愛着形成のためには、子育て世代に対する物心両面の子育て支援が求められている。
- ・メディアの魅力に対抗するには、社会・大人に魅力的な人間関係の創造が求められている。

<参加者の声> ・愛着と自己肯定感をキーワードにして、子どもたちと接していきたい。

・スマホの普及で子どもたちが変わってきたと感じてはいたが、睡眠とメディア、睡眠と感情、コミュニケーション能力等の相関関係を調査データで知って、無視できない状況を実感した。

・睡眠不足が、なぜ悪いのかを教えてもらえた。この学びを子ども、保護者に伝えていきたい。

・子どもも我々大人も、メディアとの付き合い方を、今、真剣に考えなければと強く感じた。

・メディアなしは無理な時代、上手に付き合える、コントロールできる子どもを育成したい。

・ゲーム・ネット依存の数値を聞き、メディア教育を学校で続けていく事の大切さを実感した。



田中 篤 医師



4時から夢塾

「子どもへの寄り添い方」

第10回「4時から夢塾」を7月29日(月)に、新潟県スクールカウンセラー：公認心理師の寺島幸優先生から、表題をテーマに「児童のやる気とできるにつながる関わりのコツ」の指導を頂いた。指導内容を簡単に記す。

1 子どもへの寄り添い方

演習 本日の研修の目的・得たいものは何か・普段の寄り添い方を書く。

○話し手は自分を語り、聴き手は優しい眼差しと頷きで「そうなんですね」と全肯定で聴く。

- ・やりとりは、どんな体験だったかをシェアする→「ストロークの交換」
- ・ストロークとは「心の栄養」…適応的な行動を増やす→心理的な感謝
- ・肯定的(+)ストローク…抱きしめる・頷く・信頼する・ほめる・認める等
- ・否定的(-)ストローク…叩く・にらむ・叱る・責める・禁止する等

2 ペアレントトレーニング（以下「ペアトレ」の略で記す）の理論を実践

○大人の関わり方を調整することで、子どもの好ましい行動を増やすことが目的。

- ・基本的な生活習慣や行動様式等を学び「行動」が変わるアプローチである。
- ・基本はその子どもの良いところをほめていく。→定着していく。
- ・第一の基本は好ましい行動を見つけて、認めて、好ましい行動を増やす。
- ・第一の基本がある上で、好ましくない行動を減らす。→好ましくない行動は知らんぷり。
- ・好ましい行動が起きやすいように調整する。＝環境調整

○ペアトレに大事なこと…小さな目標を重ねる。最初のうちは一緒にやる。

○ペアトレの意義…好ましい行動を増やす手段。子どもを理解していくこと。

3 実践・ペアトレ⇒やってみる（シートに記入しながら、状況を考える。）

○許せる範囲の行動が起きやすい状況を考える。（状況を考えるシート記入）

○好ましくない行動へ対処する。（好ましくない行動への対処シート記入）

4 まとめ …この時間の気づきや学び。試してみたい。取り入れたいこと。

⇒それらをグループでシェアして終了する。



寺島 幸優 先生



<参加者の声> ・プラスのストロークを意識し、出していくことが大切だと再認識した。寄り添うベースでの無条件のプラスのストロークを増やせるようにしたい。子育てにも生かしたい。

- ・自分の子育てでも考えさせられた。無条件のストロークは生まれた時に感じたことだと思った。
- ・自分を振り返る良いきっかけになった。どうしても、条件付きストロークが増えてしまう。意識して変えていきたい。困った時は何が引き金でどういう結果になるかを考えていきたい。
- ・他の先生と話して、自分は好ましくない行動を、許せる範囲が狭いと感じることができた。もっと「こうしなければいけない」と、思うことをやめようと思った。学ぶことが多くあった。
- ・「行動には意味がある」という考えで、行動の前後の状態を観察することの大切さを感じた。
- ・普段なかなか自分のことを語らない生徒のことを、もっと寄り添っていききたいと思った。



10月

科学教育部



《今月の1枚》
ニホンカナヘビ
見附市葛巻にて

【科学研究発表会】

10月3日（木）に、中央公民館で第60回見附市児童生徒科学研究発表会を開催しました。児童・生徒は、先生方の授業をもとに、生活の中から疑問を見つけ、科学研究に取り組みました。繰り返し実験を行い、実験結果の信頼性を高めている研究が多かったです。新たに生まれた疑問に対して実験を行っている研究もありました。先生方のご指導のおかげで、研究の質、発表の質が年々上がっています。ありがとうございました。



小1部会（3・4年生）



小2部会（5・6年生）



中1部会



中2部会

【夏休み作品展】

9月28日（土）、29日（日）に、ネーブルみつけで、夏休み作品展を開催しました。今年も、工夫やアイデアを凝らした作品をたくさん見ることができました。学校の授業をきっかけにして家庭でも、楽しみながらものを作る児童・生徒が増えることを願っています。



科学の公園

「第2の月？」

『地球に、「第2の月」ができそうだと、言われています。2024年9月29日から約2カ月間、地球近傍小惑星（NEA）「2024 PT5」が地球の重力に引き寄せられて、一時的に地球の衛星となるそうです。その後は、また地球周回軌道から離れ、太陽を周回する元の軌道に戻るとみられています。



「ミニムーン」2024 PT5 とは？

2024 PT5 は、地球に接近する軌道を持つ小惑星（地球近傍小惑星）です。直径は11mです。地球とよく似た公転軌道の小惑星グループ「アルジュナ群」に分類されています。米国天文学会（AAS）の学術誌に、今月掲載された研究論文で、初めてその存在が明らかになりました。

地球に接近して、9月29日に地球周回軌道に入り、11月25日に離脱します。太陽周回軌道に戻った後も、2025年1月9日に、再び地球に大接近します。

研究によれば、地球近傍小惑星はたびたび地球の重力に捕まり、周回軌道に引き込まれて「ミニムーン（小さな月）」となります。

ミニムーン「2024 PT5」は今どこに？

天文情報サイト「TheSkyLive」によると、2024 PT5 は現在、地球から約300万km離れたところにあり、北半球の北の空に輝くりゅう座に位置しています。

ミニムーン「2024 PT5」はどこから来た？

2024 PT5 を含む地球近傍小惑星は一般的に、火星と木星の軌道の間にある「主小惑星帯」から、やってくると考えられています。中でも2024 PT5 は、地球と似た軌道で、太陽を公転するアルジュナ小惑星帯に属しており、地球に対する相対速度が遅いため、地球の重力に捕まって一時的に地球の周回軌道に入ります。

「2024 PT5」は2024年8月7日、南アフリカの地球衝突最終警報システム（ATLAS）によって、発見されました。ATLASは、今月末に到来する肉眼で見える「紫金山・アトラス彗星（C/2023 A3）」も発見しました。

残念ながら、私たちが2024 PT5 を見ることは難しいとされています。明るさは22等級と非常に暗く、肉眼はもちろん、高性能な家庭用天体望遠鏡でも見えません。プロ向けの30インチ大口径望遠鏡を使える方だけが、このミニムーンを観測できるようです。

参考文献 <https://forbesjapan.com/articles/detail/73860> 最終閲覧 2024/10/10